



2022年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
		ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ジュニアバドミントン 18:00~19:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイトピクス 10:30~11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00
				バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	フラダンス (夜) 19:00~20:30	バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30
						ヒップホップ ダンスセミナー 15:00~16:00
					NBCバスケット ボールクラブ 18:30~21:00	
9	10	11	12	13	14	15
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00		ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイトピクス 10:30~11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00
		キッズダンス 16:30~17:15	新体操教室 16:45~17:45	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00	バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30	
		バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ジュニアバドミントン 18:00~19:30			NBCバスケット ボールクラブ 18:30~21:00
			レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30			
16	17	18	19	20	21	22
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	フラダンス (昼) 10:00~11:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイトピクス 10:30~11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00
	フィットネスセミナー 13:30~14:30		ジュニアバドミントン 18:00~19:30	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00	バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30	
	わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15		レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45		ヒップホップ ダンスセミナー 15:00~16:00
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00				フラダンス (夜) 19:00~20:30	NBCバスケット ボールクラブ 18:30~21:00
23	24	25	26	27	28	29
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	フィットネスセミナー 13:30~14:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30		ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00
	わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15	キッズダンス 16:30~17:15	新体操教室 16:45~17:45	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00		バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00	バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ジュニアバドミントン 18:00~19:30			
			レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30		NBCバスケット ボールクラブ 18:30~21:00	
30	31					
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	フラダンス (昼) 10:00~11:30					
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00					